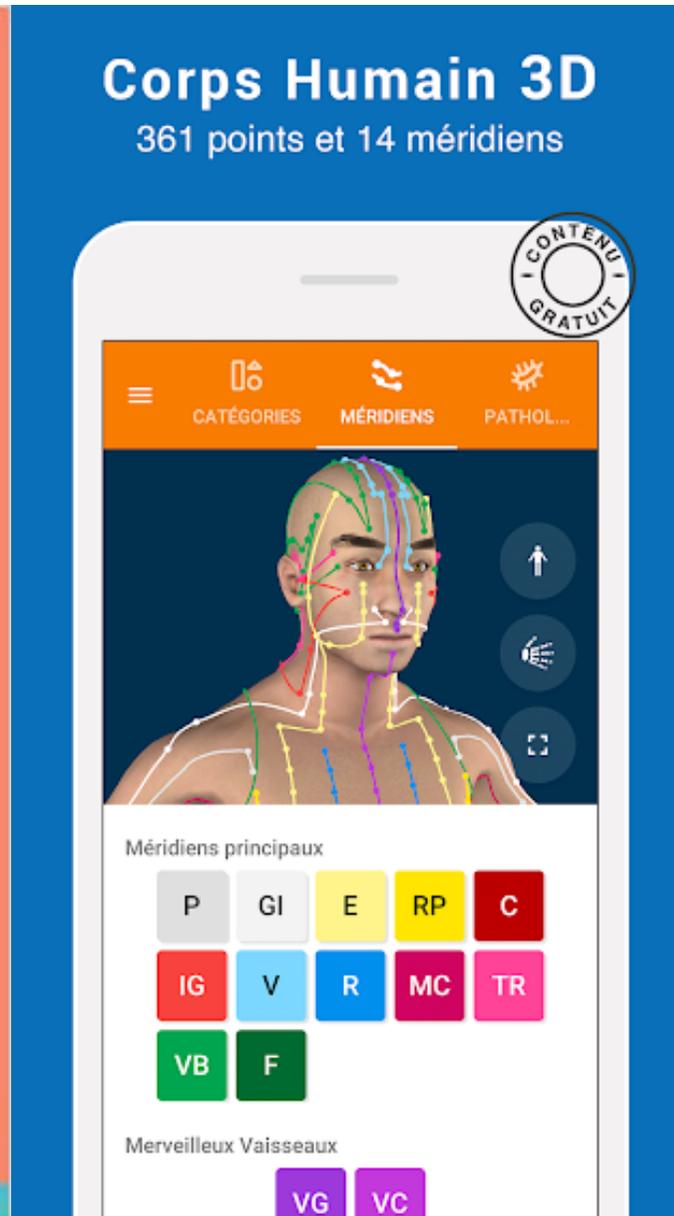
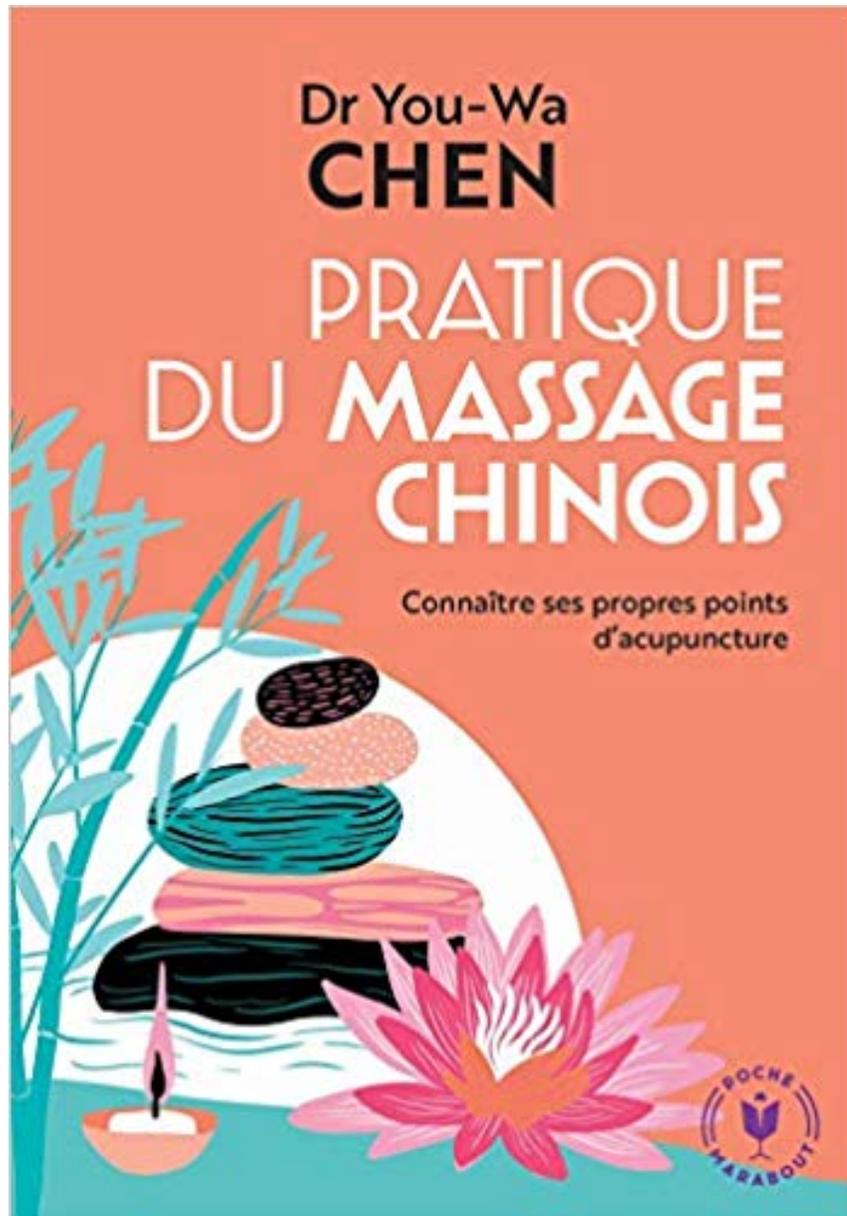


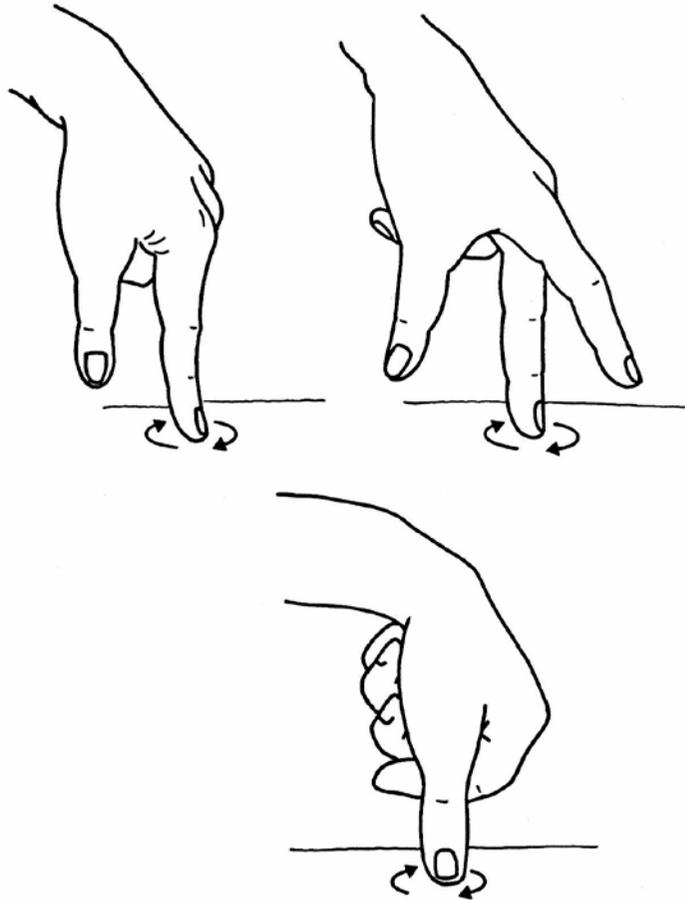
Références



Les 2 Méthodes de Massage des Points par le Doigt

Méthode de massage des points d'énergie

La pression se fait généralement par le bout du doigt (pouce, index ou majeur). Eventuellement il faudra se couper les ongles court.



Il y a deux types de pressions :

- **La pression circulaire douce**, qui consiste à appuyer fermement sur le point considéré sans jamais le déplacer du point tout

en massant doucement dans le sens des aiguilles d'une montre (environ un mouvement circulaire par seconde) pendant le temps et à la fréquence indiqués à chaque fois.

Ce geste de massage *tonifie* le point d'énergie et, par la même occasion, rend la circulation de l'énergie plus fluide au niveau du méridien qui traverse ce point et qui ira ensuite irriguer les organes profonds.

- **La pression circulaire forte** se fait dans le même sens, mais le doigt appuyé très fortement sur le point tout en massant d'un mouvement circulaire rapide.

Ce geste de massage *disperse* l'énergie stagnante au niveau d'un point d'acupuncture, notamment dans les cas de douleur, d'inflammation.

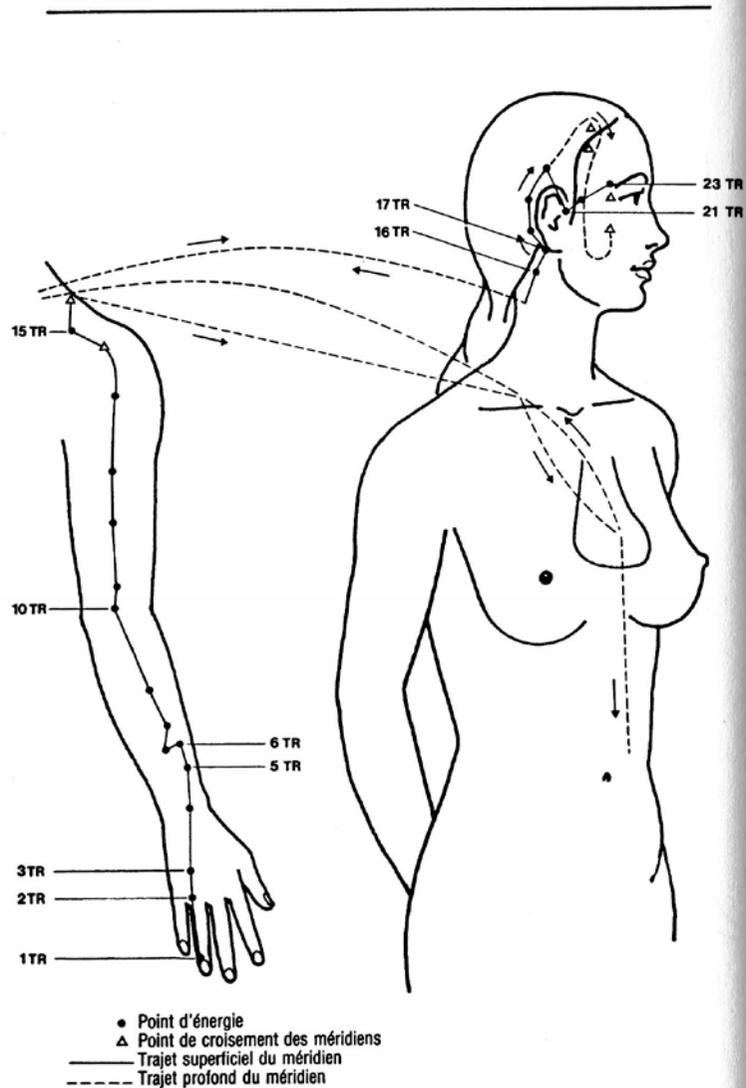
按

An
Pression

揉

Rou
Circulaire

Méridien du Triple Réchauffeur



48

MÉRIDIEN DU TRIPLE RÉCHAUFFEUR : TR

- Activité maximale de 21 heures à 23 heures.
- Symptomatologie : dyspepsie, aérophagie, œdème, surdité, bourdonnement, douleur de la face externe de l'épaule, du bras, de la nuque.

Points proposés dans cet ouvrage : leurs noms et leurs propriétés

- 1 TR** : *Barrière d'assaut, point Ting*. Traite les affections fébriles, les affections dues au vent.
- 3 TR** : *Ilot central*. Traite les névralgies du cou, les maux de tête.
- 5 TR** : *Barrière externe ou point Lo*. Equilibre les couches énergétiques yang, soigne la névralgie cervico-brachiale, le torticolis, certaines migraines.
- 10 TR** : *Puits céleste*. Calme la nervosité.
- 15 TR** : *Creux céleste*. Calme les contractures du trapèze, le torticolis, calme la tension nerveuse.
- 16 TR** : *Fenêtre céleste*. Soigne les affections dues au vent, la raideur de la nuque.
- 17 TR** : *Prestige du fong ou Calme le vent*. Traite les maladies de l'oreille, la névralgie faciale, la paralysie faciale, mobilise l'énergie et le sang de la face.
- 21 TR** : *Porte de l'oreille*. Soigne les maladies de l'oreille moyenne, les douleurs dentaires.
- 23 TR** : *Extrémité du sourcil*. Soigne les affections des yeux, la névralgie faciale, la migraine.

Traitement des Acouphènes par le Triple Réchauffeur

BOURDONNEMENTS (Acouphènes)

Les acouphènes sont des bruits perçus par le sujet seul, sans correspondance extérieure. Ce phénomène subjectif est fréquemment décrit par le patient comme un bourdonnement, un ronflement, un ronronnement, voire des sifflements plus ou moins aigus, pénibles à supporter.

Lorsqu'un bourdonnement d'oreille se manifeste de manière intensive et prolongée, il peut être associé à une baisse sensible de l'audition.

On connaît encore mal les causes des acouphènes que l'on peut cependant classer en plusieurs catégories : le spasme ou l'obstruction d'un petit vaisseau de l'oreille interne, l'atteinte du nerf auditif par un virus ou une tumeur, une maladie souvent familiale qui s'appelle l'otospongiose et pouvant nécessiter une intervention chirurgicale pour récupérer l'audition.

Il est donc utile de faire établir un bilan ORL par un médecin spécialiste.

A noter qu'une hypertension artérielle (voir ce terme) peut aussi parfois induire des bourdonnements d'oreille.

On peut aussi atténuer ces « chants d'oreille », parfois difficilement supportables, par l'acupuncture ou par le massage de certains points afin d'améliorer la circulation du sang et de l'énergie dans la région des oreilles.

Points à masser

En cas de « crise de bourdonnement », masser les points suivants en tenant compte du fait que les tons aigus sont plus difficiles à guérir.

Effectuer les massages par pression circulaire douce, pendant deux à trois minutes pour chaque point, matin et soir pendant dix jours. S'il y a amélioration, poursuivre les massages jusqu'à guérison complète.

Bourdonnements

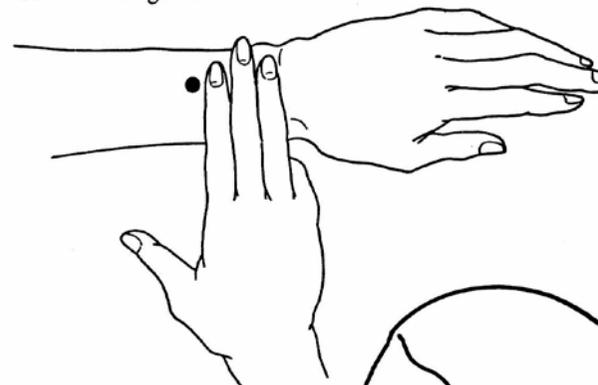
Point général à masser dans tous les cas

17 TR, Calme le Vent.
Ce point se trouve juste derrière le lobule de l'oreille dans un creux. Masser des deux côtés à la fois.



En cas d'acouphènes en « ronflement de train » ou « de mer », ajouter ce point.

5 TR, Barrière externe.
A trois doigts au-dessus du pli du dos du poignet, entre les deux os de l'avant-bras. Côté droit ou gauche.

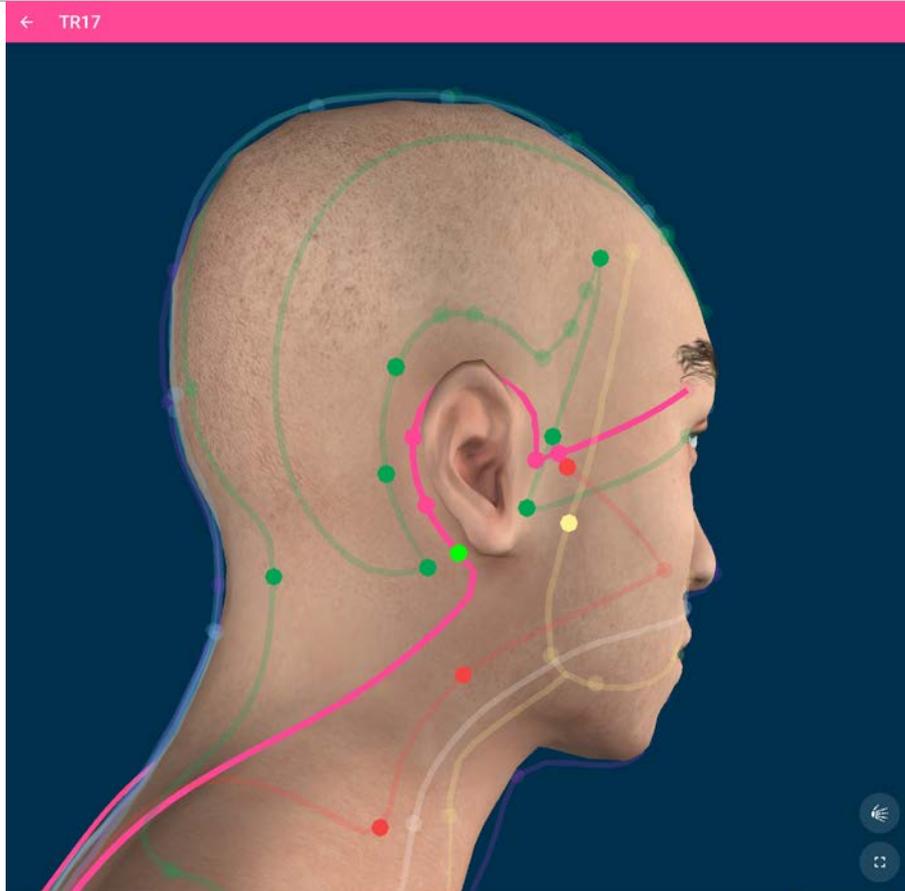


En cas d'acouphènes en « chant de cigale », ajouter ce point.

23 TR, Extrémité du sourcil.
A l'extrémité externe du sourcil. Masser des deux côtés à la fois.



Traitement des Acouphènes par le TR 17 (Général)



TR17

Plus de détails

Derrière le lobe de l'oreille, dans une dépression entre l'apophyse mastoïde et l'angle mandibulaire.

[Suggérer une correction](#)

Catégories de points

Ce point ne fait partie d'aucune catégorie de point.

Noms

🇯🇵 翳風 Eifū

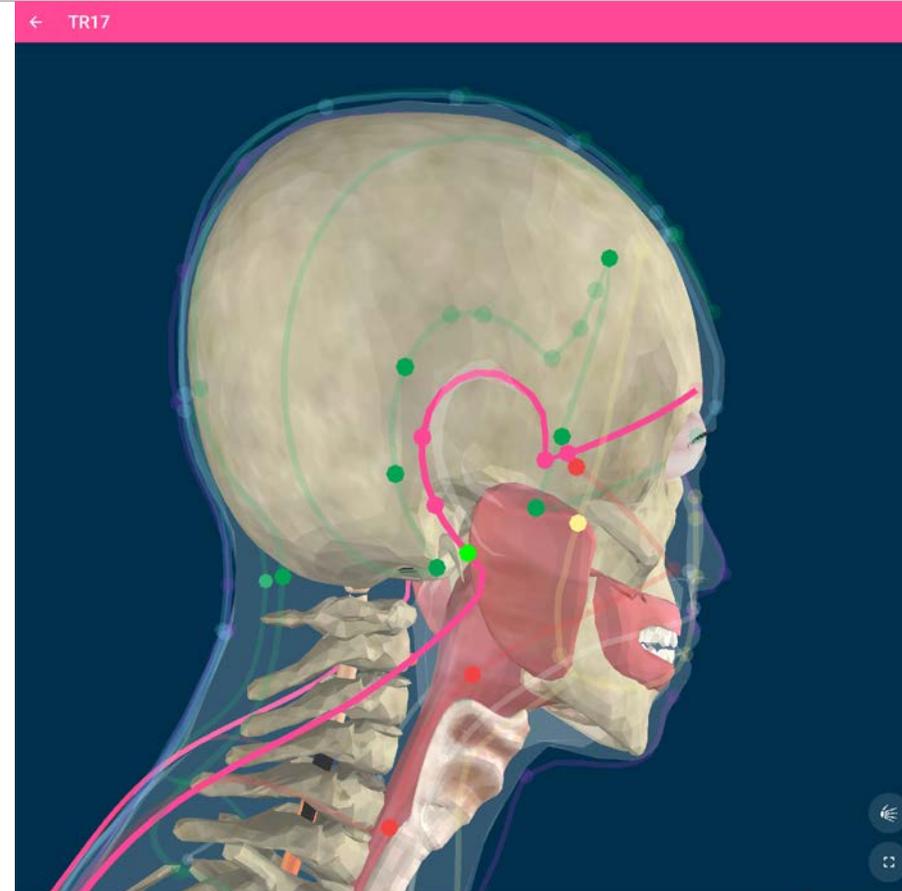
🇨🇳 翳风 Yi fēng

🇫🇷 Généré par le vent

Précédent

Acouphènes
21/41

Suivant



TR17

Plus de détails

Derrière le lobe de l'oreille, dans une dépression entre l'apophyse mastoïde et l'angle mandibulaire.

[Suggérer une correction](#)

Catégories de points

Ce point ne fait partie d'aucune catégorie de point.

Noms

🇯🇵 翳風 Eifū

🇨🇳 翳风 Yi fēng

🇫🇷 Généré par le vent

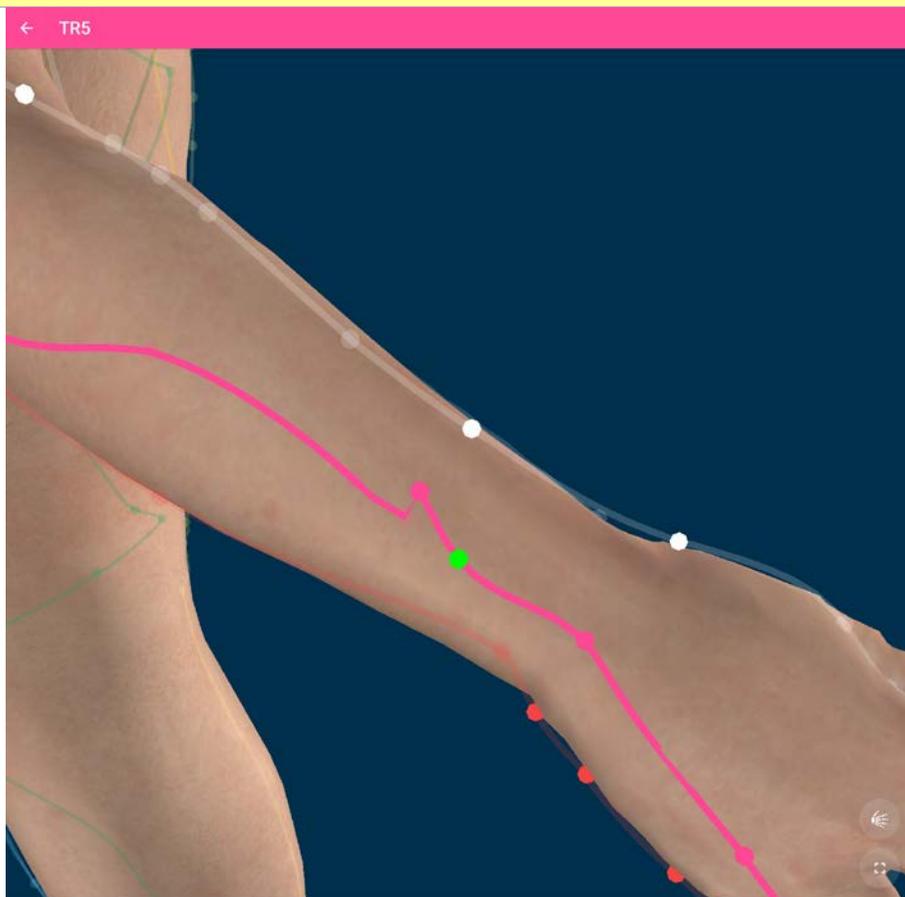
Précédent

Acouphènes
21/41

Suivant



Traitement des Acouphènes par le TR 5 (en Ronflement)



TR5

Plus de détails

A 2 cun au-dessus du pli du poignet en direction proximale entre le radius et l'ulna (cubitus).

[Suggérer une correction](#)

Catégories de points

Luo 8 MV

Noms

外関 Gaikan

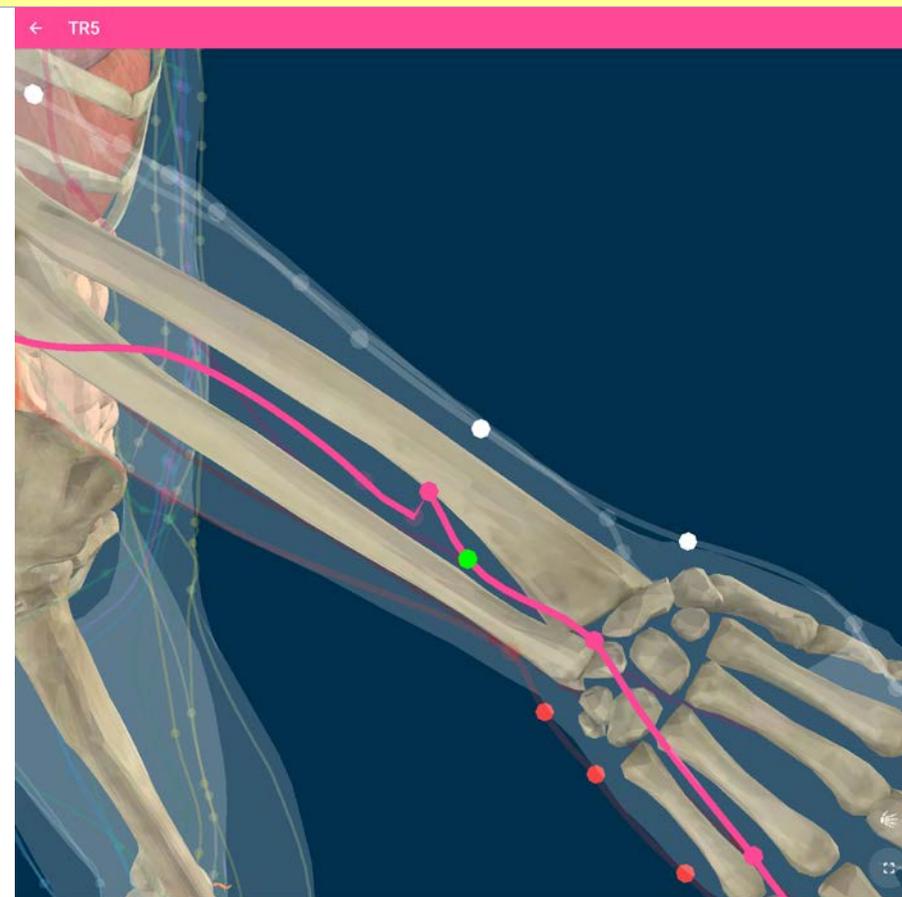
外关 Wài guān

Barrière externe

Précédent

Acouphènes
19/41

Suivant



TR5

Plus de détails

A 2 cun au-dessus du pli du poignet en direction proximale entre le radius et l'ulna (cubitus).

[Suggérer une correction](#)

Catégories de points

Luo 8 MV

Noms

外関 Gaikan

外关 Wài guān

Barrière externe

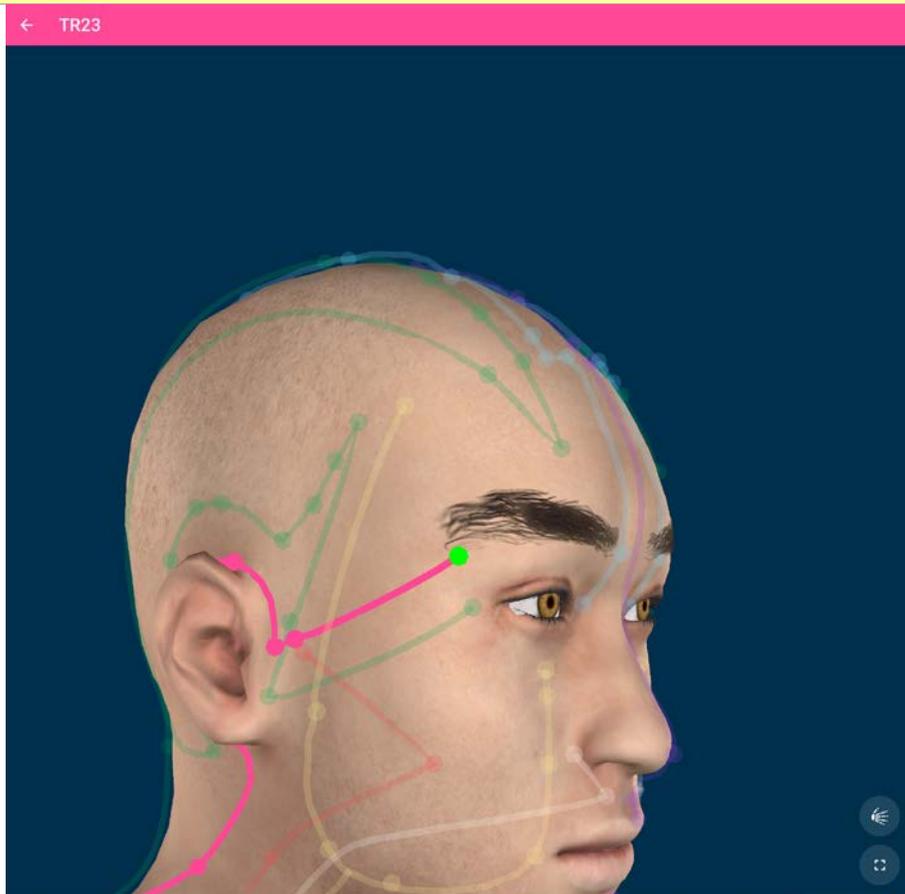
Précédent

Acouphènes
19/41

Suivant

1 cun = 1 largeur de pouce

Traitement des Acouphènes par le TR 23 (en Chant de Cigale)



TR23

Plus de détails

Sur le bord externe de l'orbite, à l'extrémité externe du sourcil.

[Suggérer une correction](#)

Catégories de points

Ce point ne fait partie d'aucune catégorie de point.

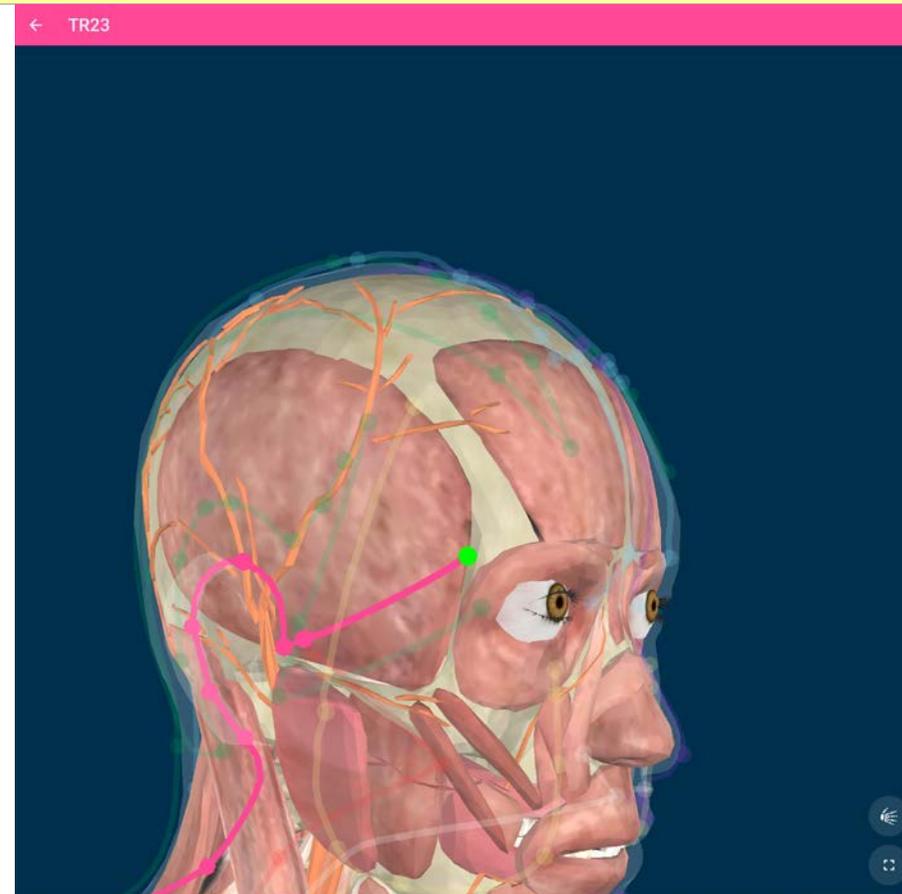
Noms

- 糸竹空 Shichikukū
- 絲竹空 Sī zhū kōng
- Vide de bambou

Précédent

Triple réchauffeur
23/23

Suivant



TR23

Plus de détails

Sur le bord externe de l'orbite, à l'extrémité externe du sourcil.

[Suggérer une correction](#)

Catégories de points

Ce point ne fait partie d'aucune catégorie de point.

Noms

- 糸竹空 Shichikukū
- 絲竹空 Sī zhū kōng
- Vide de bambou

Précédent

Triple réchauffeur
23/23

Suivant

